



Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická Fakulta
Ústav profesního rozvoje pracovníků ve
školství

Bakalářská práce

Místo sportu v životním stylu zaměstnanců
Policie ČR

The place of sport in the lifestyle of the
Czech Police employees

Vypracoval:
Radek Ivan

Vedoucí práce:
Doc. PhDr. Jiří Hrabinec, C. Sc.

Praha 2011

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Místo sportu v životním stylu zaměstnanců Policie ČR“ zpracoval sám a použil jen literaturu uvedenou v seznamu literatury.

Praha 30.03. 2011

.....

Radek Ivan

Poděkování

Děkuji panu Doc. PhDr. Jiřímu Hrabincovi, CSc. za pomoc a konstruktivní kritiku při vedení mé bakalářské práce. Také bych chtěl poděkovat své ženě Štěpánce Ivanové za podporu a pochopení při zpracování mé bakalářské práce.

Radek IVAN

ANOTACE

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Ústav profesního rozvoje pracovníků ve školství

Příjmení, jméno: IVAN, Radek

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Jiří Hrabinec, CSc.

Název práce: Místo sportu v životním stylu zaměstnanců Policie ČR

Název práce v angličtině: The place of sport in the lifestyle of the Czech Police employees.

Bakalářská práce se zabývá problematikou sportu a služební přípravy policistů PČR. Na základě získaných teoretických poznatků byl sestaven dotazník a realizováno výzkumné šetření na vzorku 124 respondentů z řad policistů Ochranné služby a Služby kriminální policie a vyšetřování. Práce sleduje význam sportu v životním stylu policistů PČR, druhy sportu, které preferují, důvody, které je vedou ke sportu, spokojenost se služební přípravou a životním stylem.

Klíčová slova

Sport, sportovní aktivity, volný čas, životní styl, rodina, motivace, služební příprava, cvičební jednotka.

Obsah

1 Úvod	6
2 Cíle práce	7
3 Teoretická část	8
3.1 Sport	8
3.1.1 Historie a definice sportu	8
3.1.2 Dělení sportu	10
3.1.3 Sport a volný čas	14
3.1.4 UNITOP ČR	16
3.2 Životní styl	18
3.2.1 Vymezení pojmu životní styl	18
3.2.2 Faktory ovlivňující životní styl	18
3.2.3 Typy životních stylů	20
3.3 Služební příprava	23
3.3.1 Služební příprava obecně	23
3.3.2 Zařazení služebních míst do skupin služební přípravy	24
3.3.3 Cíle služební přípravy	25
3.3.4 Rámcový obsah služební přípravy	27
3.3.5 Cvičební jednotka	29
4 Hypotézy	32
5 Metody a postup průzkumu	33
6 Výzkumná část	34
6.1 Charakteristika zkoumaného souboru	34
6.2 Výsledek výzkumu	35
7 Diskuse	46
8 Závěry	47
9 Použitá literatura	50
10 Přílohy	51

1 Úvod

Toto téma bakalářské práce jsem si zvolil, jelikož pracuji u Policie České republiky (dále jen PČR) jako inspektor u Ochranné služby PČR a sport, zdatnost a kondice nedílně patří k výkonu mého povolání. Již při žádosti k přijetí do služebního poměru k PČR je nutné splnit testy tělesné zdatnosti a sport je takřka nedílnou součástí výkonu povolání policisty.

Především bych se chtěl zaměřit na sport a služební přípravu policistů PČR a jejich životní styl. Jak služební příprava ovlivňuje přístup policistů ke sportu a to jak sport ovlivňuje jejich životní styl.

V dnešní době je životní styl velice uspěchaný. Tento jev se v současnosti netýká pouze zaměstnanců Policie České republiky, ale je to celorepublikový problém a nebál bych se říct, že i problém celé západní kultury. Tento jev také provází civilizační choroby a různé druhy závislostí, jako jsou například alkoholismus, závislost na nikotinu, kofeinu apod. Jednou z možností jak těmto jevům předcházet je změna životního stylu. Jednou z možností jak změnit životní styl je zapojit sport a pohybové aktivity do volného času.

2 Cíl a úkoly práce

Hlavním cílem mé bakalářské práce je zjistit jaký význam má sport a služební příprava na životní styl policistů PČR.

Rozdílnost v přístupu ke sportu v závislosti na služebním zařazení a to dvou zcela odlišných složek Policie ČR. První složkou jsou policisté Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby (dále jen OS). U tohoto odboru probíhá převážná část výkonu služby na ulici a je dosti fyzicky náročná, tomu odpovídá i služební příprava policistů, kteří podstupují několik celodenních výcviků za měsíc. Druhou složkou jsou policisté Útvaru odhalování korupce a finanční kriminality Služby kriminální policie a vyšetřování (dále jen SKPV), u této služby je náplň práce úplně odlišná oproti předchozí skupině. Policisté vykonávají převážně spisovou a kancelářskou činnost. Tomuto odpovídá i četnost a zaměření služební přípravy, která je převážně zaměřena na osvojování nových zákonů apod.

Dílčí úkoly:

1. Zjistit, jaký význam má služební příprava pro policisty PČR.
2. Zjistit spokojenost policistů se služební přípravou v závislosti na zařazení.
3. Zjistit, zda je sport součástí životního stylu policistů.
4. Jaký druh sportu policisté PČR preferují a kolik času sportu věnují.
5. Jaká motivace vede cílovou skupinu ke sportu.

3 Teoretická část

3. 1 Sport

3.1.1 Historie a definice sportu

Jako první důvody, které vedly společnost k provozování pohybových aktivit byly iniciační obřady, náboženské obřady a v neposlední řadě také výcvik armád. Nejstarší zmínky o hrách spadají do období 5000 let př. N. l. z Kréty, kde byl zaznamenán gymnasta, který skáče přes rohy býka.

Nejvíce záznamů z období před našim letopočtem pochází ze středomoří z oblasti dnešního Řecka a Egypta. Další oblastí byla Indie a Asie. Z období starověkého Řecka stojí nejvíce za zmínku vznik Olympijských her v roce 776 př. N. l. které se pravidelností čtyř let opakovali více jak tisíc let, než byly v roce 393 zakázané. Za dobu pořádání Olympijských her ve starověkém Řecku jich bylo uspořádáno celkem 293. V Egyptě patřily pohybové aktivity k běžné výchově, kdy byl především zapojován běh, skok, šerm, zápas a akrobacie. V Indii převažovaly závody na válečných vozech, soutěže v zápasu a koňské dostihy. Japonsko a Čína se spíše soustředily na průpravná cvičení pro válečné tažení (šerm, lukostřelba, vzpírání a nošení těžkého břemene).

V období po pádu Římské říše převládají v Evropě rytířské turnaje spojené s jízdou na koni, lukostřelbou a šermem. V Asii a převážně v Japonsku si sportovní aktivity ponechaly ráz polovojenského drilu, kdy převládala lukostřelba, šerm, oštěp, jezdeckví a bojová umění zejména jiu-jitsu. Od šestnáctého století se v Evropě začínají objevovat míčové hry, které byly pravděpodobně převzaty z Číny. Během sedmnáctého a osmnáctého století roste zájem o lov, štvance, zápasy zvířat a dostihy, při kterých narůstá počet sázek na vítěze. V průběhu devatenáctého století dochází ve sportu k organizovanosti, jsou zakládány sportovní kluby a tělovýchovné organizace. V Čechách je takovou tělovýchovnou organizací Sokol, který byl založen r. 1862 dr. Miroslavem Tyršem. Založení Sokola a pořádání Vsesokolských sletů přispělo v Čechách k masovému rozšíření tělovýchovných aktivit. V roce 1896 je založená novodobá tradice

Olympijských her. Následné období je provázeno výstavbou sportovišť a pozvolnému vstupu kapitálu do sportu. Tato tendence s výjimkou období světových válek trvá v podstatě do dnešní doby.

Dnešní pohled na sport je tedy výsledkem jeho historického vývoje v kontextu společenského vývoje. V současné době slovem sport nazýváme jakoukoliv fyzickou aktivitu, která je provozovaná dle uznávaných pravidel nebo zvyklostí. V současné společnosti má sport, jako sociálně kulturní fenomén, vysoký kredit a vysokou míru pozitivního hodnocení. Trvalé místo zaujímá i pozitivní hodnota sportování jako faktoru udržujícího dobrou fyzickou kondici a upevňující fyzické a psychické zdraví. (Sekot 2003). Sport je totiž natolik specifickou lidskou aktivitou, která se odlišuje od všech jiných činností a má svébytné sociální důsledky. A pokud vnímáme sport jako pohybovou aktivitu, která přímo nesměřuje k dosahování vítězství nebo odměny, lze sport definovat jako:

1. *„Institucionalizovanou pohybovou aktivitu vyžadující systematické fyzické úsilí účastníků motivovaných zvýšením celkové kondice, osobním prožitkem či cíleným výsledkem nebo výkonem.“ (Sekot 2003, str. 15)*

2. *„Sport je každá hra (bud' zápas se sebou samým, nebo závodu s jiným) a realizuje se v rámci přesně stanovených pravidel a zásad fair play.“ (Sekot 2003, str. 14)*

Definici sportu lze také odvodit z latinského desportare, z kterého je slovo sport odvozeno a značí bavit se, rozptylovat se a příjemně trávit volný čas. Podobný význam má i anglický výraz disport. V roce 1992 byla přijata Evropská charta sportu, ve které je zakotveno postavení sportu ve společnosti, povinnosti společnosti vůči sportu.

3. „*Sportem se rozumí všechny formy tělesné činnosti, které – ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoliv – si kladou za cíl projevení nebo zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků na všech úrovních.*“ (Evropská charta sportu, 1992)

Tato definice dává prostor pro začlenění i těch činností do sportu, které stály v předchozích přístupech na rozmezí sportu a jiných oblastí, či které dokonce za sport nebyly považovány. V této definici je stejná důležitost přikládána jak sportu výkonově orientovanému, jako je výkonnostní a vrcholový sport, tak nejrůznějším formám sportu provozovaným za účelem posilování zdraví, pro rekreaci či pro silné emocionální zážitky (Slepičková 2005). Vzhledem k uvedenému lze také sport vymezit jako, „*veškerou pohybovou aktivitu motivovanou osobní kondicí či cíleným výkonem.*“ (Sekot 2003, str. 16)

3.1.2 Dělení sportu

Sport můžeme dělit podle několika kritérií, ať to je dle úrovně výkonnosti, motivu sportovce, dle rodu a věku sportovce, nebo zda sport provozuje jedinec či se jedná o týmový sport apod.

V užším smyslu můžeme sport dělit dle úrovně výkonnosti. V tomto případě záleží, na jaké úrovni sport vykonáváme a kolik volného času sportu věnujeme. Podle tohoto můžeme sport dělit na vrcholový, výkonnostní a rekreační.

Vymezení výkonnostního vrcholového sportu (Sekot 2003, str. 62):

- Zdůrazňuje zejména sílu, rychlost, ovládnutí protivníka, posouvání hranic lidských možností, nezměrné úsilí o vítězství a mistrovský titul.
- Je založen na ideji, že sportovní mistrovství je výsledkem soutěživého úspěchu a výsledků dosažených na bázi systematické oddanosti tvrdé sportovní přípravy, umocňované ochotou k oběti a bolesti a zřeknutí se zdraví a duševní pohody.

- Klade důraz na vytváření a překonávání rekordních výkonů, vymezování lidského těla nikoli jako cíle, nýbrž prostředku sportovní činnosti při využívání technologie jeho kontroly a monitorování.
- Praktikuje selektivní systém výsadního postavení těch fyzicky nejzdatnějších a sportovně nejúspěšnějších.
- Vytváří a udržuje hierarchické autoritativní struktury, v jejichž rámci jsou sportovci podřízeni trenérům a trenéři dále podřízeni vlastníkům a správcům sportovních klubů.
- Pěstuje antagonistický myšlenkový princip, podle kterého jsou sportovní soupeři chápáni jako nepřátelé.

V úrovni vrcholového a výkonnostního sportu se předpokládá účast na soutěžích a registrace ve sportovních klubech či tělovýchovných jednotách. Vrcholový sport se často spojuje se sportem profesionálním, který se již neprovozuje ve volném čase, ale stává se hlavním zdrojem obživy.

Vymezení zájmového rekreačního sportu (Sekot 2003, str. 62–63):

- Aktivní účast se odvíjí jako aktivita volného času kombinací vztahů mezi lidmi, mezi tělem a duchem, a mezi fyzickou aktivitou a prostředím.
- Důraz je kladen na osobní projev, prožitek, dobrý zdravotní stav, vzájemné porozumění a podporu spoluhráčů i protihráčů.
- Soustředěnost na posilování (nikoliv samoúčelnou sílu) jako výslednice tělesných aktivit přinášejících radost a pocit duševní a tělesné pohody.
- Otevřenost účasti je založena na přizpůsobení různosti fyzických dovedností.
- Demokratická rozhodovací struktura je charakterizována kooperací, sdílením moci a reciprocitou vztahů trenér – sportovec.

- Interpersonální podpora je odvozena od principu soutěž s někým, nikoliv proti někomu, protihráči nejsou nepřátelé, ale ti kteří udělují soupeření povahu vzájemného testování.

Rekreační sport se již plně provozuje ve volném čase a již není považován za zdroj příjmů. I zde se však můžeme setkávat se soutěženími různého typu, ale ne již na profesionální úrovni. U rekreačního sportu lze definovat zvláštní formou sportu a tou je tzv. masový sport. Masové sporty bývají akce, které jsou organizované a mají povahu jednorázových akcí. Při těchto akcích se nerozlišuje stupeň výkonnosti. Masové sporty mají za úkol zapojit aktivně do sportu širokou veřejnost a začlenit do jejího volného času pohybové aktivity. Jednou z takovýchto akcí je i Pražský mezinárodní marathón a akce s ním spojené.

Takto pojaté členění sportu však nepokrývá všechny podoby sportu, jak o nich hovoří Evropská charta sportu. Na sport nelze nahlížet jen z hlediska výkonnostní úrovně a účasti v soutěžích. Na sport je dnes vhodnější pohlížet v „širším“ pojetí, které se snaží postihnout jeho šíři a různorodost. V širším pojetí tedy můžeme dělit sport dle motivace sportovce ke sportu. Toto dělení využívá skutečnosti, že sport je prostředím, v němž lidé hledají naplnění hodnot, které jsou jim blízké či které preferují. (Slepičková 2005)

Dělení sportu dle motivace (Sekot 2003, str. 66 – 67):

- **Klubový sport** je organizačně vázaný na sportovní kluby a federace, je charakteristický růzností motivů počínaje soutěžním vzrušením, úsilím o maximální výkon, touhou po relaxaci a potřebou společenských kontaktů. (UNITOP ČR)

- **Rekreační sport** je zaměřen na činnost ve volném čase přinášející souběžně odpočinek, zábavu a znovunabytí fyzických a psychických sil. K dominantním znakům můžeme přičítat svobodně volený program cílící k rekreaci, zdraví a rozvíjení harmonizujících mezilidských vztahů.
- **Fitness sport** je účelově zaměřen na tělesnou zdatnost, tedy na vlastnosti člověka, které lidem umožňují vykonávat tělesnou činnost s důrazem na rozvoj aerobní a silové zdatnosti, pohybovosti a žádoucích proporcí. Jde o činnost nověji zpravidla provozované v technicky vybavených zařízeních soukromého sektoru, anebo jsou individuální záležitostmi typu jogging, plavání, cyklistika.
- **„Adrenalinové“ sporty** nesou v sobě silné znaky rizika a cílí k uspokojení touhy po dobrodružství a napětí při souběžném fyzickém výkonu. Jedná se zejména o zpravidla organizačně, technicky a tedy i finančně náročné sportovní činnosti jako je kanoistika na divoké vodě, rafting, parašutismus, vysokohorské horolezectví.
- **Požítkářské sporty** jsou motivovány touhou po prožitku výjimečné, běžně nedosažitelné a svoji povahou exkluzivní zábavy a potěšení cílícího ke zlepšení kondice či spíše zlepšení fyzického vzhledu. Tyto činnosti sportovní povahy jsou zejména na půdě některých populárních turistických destinací známy i jako **S – sporty**, pojmu vzniklého jako akronym slov začínajících anglicky na s (sun, sea, sand, show, sex, speed, satisfaction) a vyjadřující mnohdy pod odborným vedením praktikované rekreační radovánky dnešní náročnější turistické klientely.
- **Kosmetický sport** je silně provázán se dvěma výše uvedenými typy a je jednostranně a programově zaměřen na dokonalý osobní vzhled. Marketingové komunikaci se tak nabízí pozoruhodný „tržní výklenek“ budovaný na narcistické touze po krásné „sexy“ postavě, vypadat sportovně, být osmahlý a zdravě

vypadající, dělat dobrý dojem zdatnosti, přitažlivosti a zajímavosti. Ve hře jsou nejen speciální kosmetické „laboratoře“ a odborné poradenské firmy, ale i běžná solária, vybavení lázeňských služeb a masážní salóny.

Vzhledem k výše uvedenému nelze přesně diferencovat sport. Různá odvětví sportu se totiž spolu prolínají a navazují na sebe, proto záleží, podle kterého kritéria budeme sport dělit. Jak jsem již uvedl, sport lze dělit podle stupně výkonnosti, dále dle stupně profesionalizace, zda je sport týmový či se jedná o sport adrenalinový apod. Proto různé druhy sportu nelze přesně zařadit a spadají i do několika kategorií.

3.1.3 Sport a volný čas

Na začátek je důležité definovat co volný čas je a jaké předpoklady musíme splnit, aby se o volný čas jednalo. Abychom mohli mluvit o volném čase, musíme současně splnit čtyři základní podmínky:

- v danou dobu nesmíme mít vůči někomu či něčemu žádné povinnosti;
- činnost, kterou vykonáváme, si musíme sami zvolit;
- činnost nám musí přinášet uspokojení;
- tato činnost musí být považována za volnočasovou.

1. *„Volný čas lze v souhrnu definovat jako dobu, časový prostor, v němž jedinec nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení a nejsou zdrojem trvalých obav či pocitů úzkosti.“* (Slepičková 2005, str. 14)

„Volný čas je část mimopracovní doby, v níž člověk nevykonává žádnou nutnou činnost a kterou podle vlastního rozhodnutí využívá pro oddech, rozvoj osobnosti a pro různé formy zájmové činnosti. Hranice

volného času lze určit tak, že z mimopracovní doby vyčlení čas nezbytný pro přepravu do zaměstnání, nákupy, nezbytné domácí práce, čas věnovaný k uspokojení potřeb jídla, spánku atd.“ (Malá československá encyklopedie, 1987, s. 607)

Jak vyplývá z uvedených definic volného času, je volný čas doba, ve které se jedinec může sám rozhodnout, jakou aktivitu bude vykonávat. Především je důležité zaměřit se na místo sportu ve volném čase. Spektrum aktivit, které se dají vykonávat ve volném čase je nespočet. Sport má však své nezastupitelné místo ve volném čase, avšak v současné době převládá trend snižování sportovních aktivit ve volném čase, ačkoliv je sport verbálně preferován. Tato situace má několik příčin, počínaje neochotou přípravy sportovních potřeb, nebo podniknout cestou za sportem (cesta do bazénu, na zimní stadion apod.).

Další překážkou provozování sportovních aktivit ve volném čase může být subjektivní přesvědčení o pohybové nekompetentnosti, nešikovnosti, nedostatku fyzických předpokladů. Pokud k tomu přistupují i důvody ekonomického rázu, jako je ku příkladu nedostatek finančních prostředků na nezbytnou sportovní výzbroj a výstroj, pak se sportovní aktivity odsouvají – mnohdy po zbytek života – do sféry možná preferovaných nikoliv však praktikovaných činností. (Sekot 2003)

Důležitým důvodem vytlačování sportu z volného času je současný životní styl, který preferuje konzumnost a pasivní zábavu. Tento způsob života však provází i nebezpečné jevy jako jsou civilizační choroby a paradoxně strach jedince o zdraví je důležitá motivace k zapojení sportu do volného času. Tato motivace však funguje spíše u lidí středního a vyššího věku, kde se již projevují náznaky nemocí spojených se špatným životním stylem bez sportu.

Důvod proč zařadit sport do volného času si musí najít každý sám, důvodů může být několik, ať už udělání dojmu na jiného, touhy dokázat si, že na to mám nebo pouhá touha po pohybu. Čím lepší důvod ke sportu tím více úsilí vynaložíme a tím budeme mít lepší pocit z vykonaného pohybu.

3.1.4 UNITOP ČR

Jak jsem uvedl výše, dá se sport provozovat na několika úrovních a z mnoha důvodů, proto je důležité zmínit hlavní sportovní organizaci, která zaštituje policisty a pracovníky MV při sportovních aktivitách.

Touto organizací je Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky (UNITOP ČR), v současné době je v této unii registrováno 121 sportovních klubů policie. Celkový počet členů je něco zhruba přes třicet tisíc a z tohoto počtu je celých jedenáct a půl tisíce přímo policistů, zaměstnanců MV a jejich rodinných příslušníků.

Posláním Unie je vytvářet podmínky pro rozvoj tělesné zdatnosti, zdraví a psychickou regeneraci policistům po náročné službě na ochranu zdraví a majetku občanů České republiky. Hlavně se zaměřuje na masové sportovní činnosti policistů a pracovníků ministerstva vnitra a Policie ČR ve volném čase, ale také na činnosti jejich rodinných příslušníků, dětí a dalších občanů. Již několik roků jsou spolupořadatelé akcí UNITOP ČR některé významné podniky a organizace České republiky, které se sponzorsky podílejí na zajištění sportovních soutěží. UNITOP ČR aktivně spolupracuje s odborem sportu Ministerstva vnitra. Na úrovni krajů a okresů pak jednotlivé kluby spolupracují s krajskými a okresními ředitelstvími Policie ČR na zajištění služební přípravy a na organizaci policejních mistrovství České republiky s důrazem na co nejširší zapojení policistů již v postupových kolech. Samostatně, na základě zájmu svých členů, organizuje Unie tělovýchovných organizací Policie ČR každoročně mistrovství UNITOP ČR ve vybraných sportovních odvětvích a řídí sportovní přebory a soutěže mezi členskými kluby. (www.policie-sport.cz)

UNITOP ČR také spolupracuje na mezinárodní úrovni. Již v roce 1995 se začlenila do Evropské unie policejních sportovních organizací (U.S.P.E.) a pět let předtím již byla členem Světové unie policejních sportovních organizací (U.S.I. P). V těchto organizacích je velice aktivní a pořádá mezinárodní akce na úrovni policejních mistrovství světa. Sportovci UNITOPu ČR patří tradičně k nejúspěšnějším sportovcům České republiky.

UNITOP ČR je pořadatelem celé řady sportovních mistrovství Policie ČR a sportovních akcí pro policisty a další sportovní veřejnost.

V řadách UNITOP ČR jsou desítky reprezentantů ČR, držitelů českých, evropských i světových rekordů v kategorii dospělých i juniorů. Tito sportovci se pravidelně zúčastňují letních a zimních olympijských her, mistrovství světa a mistrovství Evropy, kde pro Českou republiku vybojovali olympijská vítězství, mistrovské tituly a celou řadu medailí. Také pro nastávající vrcholné světové soutěže jsou naši sportovci velkým příslibem úspěšné reprezentace České republiky. (www.policie-sport.cz)

3.2 Životní styl

3.2.1 Vymezení pojmu životní styl

Abychom mohli vymezit pojem „Životní styl“ je nutné nejprve vymezit co vlastně patří do životního stylu. Převážně sem spadají termíny jako životní projevy, životní zvyklosti, formy života, chování, jednání, vztahy apod. Dále je nutné vymezit, kdo může být nositelem životního stylu. Zde jsou tři subjekty od základního, kterým je jedinec, přes sociální skupinu (subkulturu), která vykazuje v životním stylu společné rysy a nakonec celá společnost. Další otázkou ve vymezení životního stylu je kdy se určitý životní styl odehrává. Zde záleží na věku jedince a historické době. Důležité je také vymezit v jakém prostoru se životní styl odehrává a podle čeho se řídí. Nelze ani opomenout ekonomické aspekty života. (Dufková, 2008)

Z výše uvedeného se dá vyvodit že: „Životní styl se vytváří v průběhu života, kdy se člověk dostává do interakce s okolím. Střetávají a kombinují se vlivy výchovy, sociálního prostředí, ekonomických podmínek, kulturních zvyklostí a mnohé další. Svou váhu mají i vrozené předpoklady a vlastnosti člověka. Životní styl je tak projevem lidské osobnosti v nejširším smyslu.“ (Slepičková 2005, str. 41)

Z tohoto vyplývá, že vytvoření životního stylu je dlouhodobý, spontánní a nevědomý proces. Tento proces vychází ze způsobu života, který jedinec žije. Zahrnuje **hodnotovou orientaci** člověka, projevuje se v jeho chování i ve způsobu využívání a ovlivňování materiálních i sociálních **životních podmínek**.

3.2.2 Faktory ovlivňující životní styl

Dva základní faktory, které ovlivňují životní styl, jsou **faktor vnější** (životní podmínky) a **faktor vnitřní** (zde jde o samotného jedince).

Vnější faktor – jedná se zde o vzájemné působení **životních podmínek** a nositele životního stylu. Člověk se během svého života pohybuje v určitých mezích, které jej ovlivňují, a naopak on ovlivňuje určitým

způsobem tyto meze. Toto vzájemné působení však neprobíhá okamžitě a vzniká tu prodleva. Tato prodleva je závislá na faktu, jak je dosavadní životní styl zažitý a případná neochota nebo nemožnost změny ze strany jedince.

Životní podmínky (Duffková):

- Geografické a ekologické – do těchto životních podmínek spadá především poloha, kde nositel životního stylu žije, meteorologické a klimatické podmínky, úrodnost, nerostné bohatství a úroveň znečištění prostředí. Tyto podmínky jsou velice špatně ovlivnitelné.
- Biologické – zde jsou tři základní podmínky, kterými jsou pohlaví, věk a zdraví.
- Demografické – do těchto podmínek lze zařadit vše co se týká narození a smrti, rodinných poměrů, migrace a také hustoty osídlení.
- Sociálně politické a politické – sociální rozvrstvení a sociální stratifikace.
- Sociálně ekonomické a ekonomické – životní úroveň (zaměstnanost, mzdová politika, délka pracovní doby, systém veřejných služeb, úroveň bydlení, školství, zdravotnictví apod.).
- Kulturní a obecně ideové – ideje, morálka, věda, umění, vzdělání a společenské normy.
- Technologické – k těmto podmínkám patří především možnost přístupu k novým informačním a komunikačním technologiím, jako jsou počítače a internet.

Vnitřní faktor – zde je tímto faktorem sám člověk, který ovlivňuje životní styl a podřizuje ho svým požadavkům, **hodnotám** apod. Jedinec si sám vybírá, jaký životní styl mu v daný okamžik nejvíce vyhovuje. Žebříček hodnot si jedinec vytváří sám a to v průběhu socializace na základě zkušeností a prožitků. Zároveň však je pod vlivem hodnot jeho nejbližšího okolí, jeho vzorů, populárních osobností, masmédií a hodnot uznávaných

v celé společnosti. Z typu hodnotové orientace lze částečně vyvodit i typ životního stylu jedince. Pro představu uvádím šest typů hodnotových orientací, které uvádí německý filozof a psycholog Edvard Spranger:

- Teoretická – cílem je hledání pravdy, hodnotou je vzdělání;
- Ekonomická – cílem je záchova, hodnotou je užitečnost;
- Estetická – cílem je hledání harmonie, hodnotou je krása;
- Sociální – cílem je konání dobra, hodnotou je láska;
- Politická – cílem je ovládání druhých, hodnotou je moc;
- Náboženská – cílem je sebezpřesah, hodnotou je jednota s bohem.

Získané hodnoty se v průběhu života nijak výrazně nemění. K razantním změnám v hodnotové orientaci jedince však může dojít v neočekávané krizové situaci, po prožití traumatu, pokud dojde k radikální změně v životě apod. (Duffková, 2008)

Společně s hodnotovou orientací jedince a životními podmínkami spoluutváří životní styl i trávení volného času. Z hlediska životního stylu můžeme dělit volný čas na tři základní cykly a to denní volný čas, víkend a dovolená. **Denní volný čas** – toto je část běžného pracovního dne, která je závislá na pracovní době. Bývá zpravidla vyčleněna pro relaxaci. **Víkend** – zde se jedná již o větší časový úsek, na toto období již připadají plánované aktivity (pohyb v přírodě, pobyt na chalupě apod. **Dovolená** – je delší úsek volného času, který má všechny jeho znaky a vyznačuje se dočasnou změnou životního stylu.

3.2.3 Typy životních stylů

Všeobecně můžeme rozlišovat tři základní typy životních stylů. A to konvenční životní styl a nekonvenční životní styl (tyto dva styly jsou si protikladem) a alternativní životní styl.

Konvenční životní styl – za tento životní styl se považuje životní styl ve společnosti převažující, považován za obvyklý a běžný. Takový to životní styl bývá společností prosazován a uznáván a splňuje dané společenské normy. Všeobecně bývá tento životní styl celospolečensky tolerovaný v daném období.

Nekonvenční životní styl – bývá životním stylem určitých subkultur, které se stavějí proti životnímu stylu ve společnosti převládajícímu, nebo proti hodnotám uznávaným ve většinové společnosti (Duffková, 2008). Takovou to subkulturou je i skupina vyznávající **Punk (pank)**. V angličtině slovo punk znamená „výtržník“. Punk jako hnutí vznikl postupně v druhé polovině sedmdesátých let hlavně v Anglii. Punk nemá žádný jednotný ideový směr, nejrozšířenější postoje jsou odpor vůči nacismu, komunismu, rasové diskriminaci, politice, válčení, globalizaci, konvencím či komerci. Mnoho punkerů má blízko k anarchismu. Také se lze často setkat s tvrzením, že základem punku je provokace. Hnutí je obecně velmi tolerantní k měkkým drogám, hlavně marihuaně. (<http://cs.wikipedia.org/wiki/Punk>)

Alternativní životní styl – tento životní styl je tzv. možností volby od běžně uznávaného životního stylu. Většina lidí výraz alternativní chápe v negativním slova smyslu, jako životní styl alkoholiků, narkomanů, zločinců apod. Tento životní styl se však dá chápat také v pozitivním smyslu, jako lepší životní styl než je v běžné populaci zvykem. Takovým-to stylem lze nazvat **Ekologicky životní styl** (Duffková, 2008) – u tohoto životního stylu je na prvním místě snaha o co nejmenší zatížení životního prostředí. Zde je několik možností od způsobu dopravy, změna stravování (omezování masných výrobků), ekologické bydlení apod. Dále uvádím v dnešní době velice propagovaný **zdravý životní styl** (Duffková, 2008), kde je kladen důraz na způsob stravování, pohybovou aktivitu, neužívání návykových a stimulačních látek (alkoholu, nikotinu, kofeinu, léků, drog), množství spánku, udržování optimální tělesné hmotnosti, schopnost relaxovat a aktivně odpočívat, minimalizovat množství stresu, jemuž jsme vystaveni a mnoho dalších.

Samotný pojem „Životní styl“ je však dnes používán tak často, že má v běžném povědomí mnoho různých asociací. Avšak dá se říct, že každý jedinec má svůj specifický životní styl.

3.3 Služební příprava

3.3.1 Služební příprava obecně

Pokud chápeme sport jako veškerou pohybovou aktivitu motivovanou osobní kondicí či cíleným výkonem, je služební příprava policistů jako sportovní aktivita nedílnou součástí jejich životního stylu.

Základní obsah služební přípravy stanoví Pokyn ředitele odboru služebních příprav a sportu MV č. 2/1999 k obsahu výcviku a prověrek příslušníků Policie ČR z tělesné, střelecké a taktické přípravy a kritéria pro jejich hodnocení. Tento pokyn je upřesňován pokynem ředitelky odboru vzdělávání a správy policejního školství k organizaci a zajištění tělesné a střelecké přípravy příslušníků Policie ČR na každý výcvikový rok. V návaznosti na tyto normy vydává policejní prezident pokyn k realizaci služební přípravy. V současné době je služební příprava vymezena v závazném pokynu policejního prezidenta č. 4/2009, který určuje dělení služebních míst do skupin služební přípravy, cíle služební přípravy a rámcový obsah služební přípravy.

Metodika výcviku je upravena metodickými materiály, vydávanými odborem vzdělávání a správy policejního školství. Součástí služební přípravy jsou prověrky, které je povinen absolvovat každý policista 1x za rok. Služební příprava je organizována dle místa provádění. V současné době existují dvě základní formy organizování služební přípravy – centralizované (policisté z celého teritoria dojíždí podle určeného plánu do jednoho místa, většinou okresní ředitelství policie) nebo decentralizované (instruktoři dojíždějí a zabezpečují výcvik v místě dislokace útvarů).

Na základní služební přípravu navazuje u speciálních útvarů speciální služební příprava (URN, OS, zásahové jednotky SPP apod.), jejíž obsah, rozsah a formy jsou stanoveny příslušným služebním funkcionářem. Celý systém služební přípravy je podporován služebním sportem a zájmovou tělovýchovnou činností (spolupráce s UNITOP ČR formou veřejně prospěšného programu).

Odborné vedení zabezpečují instruktoři služební přípravy. Tabulková místa instruktorů jsou systemizována na všech OŘ Policie ČR, ve školních policejních střediscích správ krajů Policie ČR a v útvech s celorepublikovou působností. V Policii ČR tak působí cca 300 instruktorů.

3.3.2 Zařazení služebních míst do skupin služební přípravy dle ZPPP č. 4/2009

Základním kritériem pro zařazení služebního místa do příslušné skupiny je převažující charakter činnosti při plnění služebních úkolů, zejména míra nebezpečnosti vyplývající ze služebních zákroků a úkonů a pravděpodobnosti provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků.

Pro potřeby této práce je důležitá skupina č. 2 do které spadají se svým služebním zařazením policisté Odboru ochrany zastupitelských úřadů Ochranné služby (dále jen policisté OS) a skupina č. 4 do které spadají policisté celorepublikového útvaru služby kriminální policie a vyšetřování (dále jen policisté SKPV). Pro úplnost však uvádím všechny čtyři skupiny pro možnost srovnání.

Charakteristika jednotlivých skupin

- **Skupina 1** - policisté zařazení do první skupiny jsou určeni k provádění zákroků proti nebezpečným pachatelům organizované trestné činnosti a pachatelům zvláště závažných úmyslných trestných činů, dále to jsou speciální pořádkové jednotky Krajského ředitelství policie hlavního města Prahy určených k provádění zákroků pod jednotným velením k zajištění a obnově veřejného pořádku a bezpečnosti. Spadají sem i policisté ÚOÚČ OS určených k přímé osobní ochraně chráněných osob a policisté určených k zajišťování doprovodu letadel.

- **Skupina 2** - v druhé skupině jsou policisté, kteří vykonávají základní policejní činnosti v oblasti dohledu nad veřejným pořádkem a bezpečností, dopravou, režimem ochrany státní hranice, vstupem a pobytem cizinců na území České republiky a v oblasti doprovodů a ozbrojených eskort, jejichž služební náplň přímo souvisí s prováděním služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti, dále policisté ÚOÚČ OS, kteří plní úkoly v oblasti ochrany objektů a bezpečnosti chráněných osob. Také jsou zde zařazeni instruktoři a policisté vykonávající operativně pátrací činnost.
- **Skupina 3** - zde jsou policisté, kteří vykonávají základní policejní činnosti v oblasti dohledu nad veřejným pořádkem a bezpečností, dopravou, režimem ochrany státní hranice, vstupem a pobytem cizinců na území České republiky a v oblasti odhalování, dokumentace a vyšetřování trestné činnosti, jejichž služební náplň může být také provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků.
- **Skupina 4** - ve čtvrté a poslední skupině jsou policisté, kteří vykonávají základní policejní činnosti v oblasti odhalování, dokumentace a vyšetřování trestné činnosti, jejichž součástí není provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků, dále policisté, u kterých převážnou část služební náplně tvoří administrativní činnost, poskytování technického, materiálního, informačního nebo jiného zabezpečení pro výkon služby. Spadají sem také policisté ve vedoucích funkcích, není-li součástí jejich činnosti přímý výkon služby a specifické zařazení, které není uvedené ve skupině 1 až 3.

3.3.3 Cíle služební přípravy dle ZPPP č. 4/2009

Cíle služební přípravy jsou rozděleny podle skupin služební přípravy v závislosti na služebním zařazení. Ze skupin 1 až 4 jsou opět důležité pro

tuto práci skupina 2 a 4. Opět uvádím pro srovnání všechny skupiny a již na první pohled je zřejmé jak se jednotlivé skupiny od sebe liší v závislosti na služebním zařazení.

Cíle služební přípravy u skupiny 1

Příprava k použití služební zbraně - střelecké přípravy, získání, udržování a prohlubování vrcholných teoretických znalostí a praktických dovedností při manipulaci a zacházení se všemi přidělenými služebními zbraněmi v souladu s právním předpisem, nácviku používání donucovacích prostředků, získání, udržování a prohlubování vrcholných znalostí a dovedností v oblasti racionální obrany a útoku, včetně použití přidělených donucovacích prostředků, nácviku taktických dovedností, zvládnutí maximálně rizikových situací ohrožujících život a zdraví při služebním zákroku proti nebezpečnému pachateli a schopnost volit optimální postup k dosažení stanoveného cíle takového zákroku, specializované služební přípravy, příprava v oblastech speciálních činností souvisejících s výkonem služby policistů zařazených v této skupině – např. práce ve výškách a nad volnou hloubkou, pyrotechnická příprava, spojovací příprava, základy ženijní přípravy, kondiční přípravy, udržování fyzických předpokladů na úrovni výkonnostního sportu.

Cíle služební přípravy u skupiny 2

Příprava k použití služební zbraně - střelecké přípravy, získání, udržování a prohlubování nadprůměrných teoretických znalostí a praktických dovedností při manipulaci a zacházení se všemi přidělenými služebními zbraněmi v souladu s právním předpisem, nácviku používání donucovacích prostředků (včetně profesní sebeobrany), získání, udržování a prohlubování nadprůměrných znalostí a dovedností v oblasti racionální obrany a útoku, včetně použití přidělených donucovacích prostředků, nácviku taktických dovedností, zvládnutí rizikových situací ohrožujících život a zdraví při služebním zákroku proti pachatelům trestné činnosti a přestupků a schopnost volit optimální postup k dosažení stanoveného cíle takového

zákroku, kondiční přípravy, udržování fyzických předpokladů na úrovni kondiční (nad úroveň průměrné populace).

Cíle služební přípravy u skupiny 3

Příprava k použití služební zbraně - střelecké přípravy, získání, udržování a prohlubování teoretických znalostí a praktických dovedností garantujících bezpečnou manipulaci a zacházení s přidělenými služebními zbraněmi a schopnost jejich použití v souladu s právním předpisem, kondiční přípravy, udržování fyzických předpokladů na úrovni rekreační (na úrovni průměrné populace).

Nácvik základních taktických dovedností

- zvládnutí základních pravidel a postupů při kontaktu s pachatelem v situacích vyžadujících služební zákrok, včetně možnosti využití vhodných donucovacích prostředků;
- zvládnutí základních pravidel a postupů při plnění povinností policisty v souladu s právním předpisem.

Cíle služební přípravy u skupiny 4

Příprava k použití služební zbraně - střelecké přípravy, získání, udržování a prohlubování teoretických znalostí a praktických dovedností garantujících bezpečnou manipulaci a zacházení s přidělenými služebními zbraněmi a schopnost jejich použití v souladu s právním předpisem, nácviku základních taktických dovedností, zvládnutí základních pravidel a postupů při plnění povinností policisty v souladu s právním předpisem.

3.3.4 Rámcový obsah služební přípravy

Tento obsah služební přípravy je pouze přehledem všeho, z čeho se skládají cvičební jednotky při výcvicích. Jednotlivé zařazení technik, prvků, prostředků a typu kondiční přípravy je určeno služebním zařazením a cílem služební přípravy pro jednotlivé skupiny policistů.

- **Základní technické prvky:** technika pádů, techniky chvatů, porazů a přehozů, tlaky na citlivá místa, páky a znehybňující techniky, předváděcí a transportní techniky, údery a kopy, úhyby, přemístění, obraty, kryty.
- **Speciální prvky:** obrana proti ozbrojenému pachateli, úder střelnou zbraní, zajištění pachatele pod hrozbou namířené střelné zbraně, taktické postupy při zákroku proti více pachatelům, přesilové situace při zatýkání, překonání pasivního odporu.
- **Donucovací technické prostředky:**
 - a) obušek - nošení a držení, úderové techniky, páky a předváděcí techniky, kryty, taktické zrcátko, svítilna;
 - b) pouta - nošení, připoutání, přikládání pout, snímání pout, poutací polohy, jednorázová pouta, pouta s poutacím opaskem, předváděcí řetízky, připoutání více osob;
 - c) slzotvorné prostředky (výcvik manipulace a použití) - osobní slzotvorné a další dočasně zneschopňující prostředky, slzotvorné granáty a projektily do vrhačů;
 - d) pyrotechnické imitační prostředky - zásahové výbušky, signální pistole, dýmovnice;
 - e) technické prostředky - zastavovací pás, zahrazení cesty vozidlem a jiný prostředek k násilnému zastavení vozidla nebo zabránění odjezdu vozidla, prostředky a technika k násilnému otevření dveří;
 - f) elektrický dočasně zneschopňující prostředek - nošení a manipulace, způsoby použití, bezpečnostní opatření.
- **Kondiční příprava**
 - a) **Rychlost:** základní, výbušná, rychlost reakce, reakčně-koordinační doporučené formy: atletická, úpolová, míčové hry.
 - b) **Síla:** základní, výbušná, vytrvalostní
doporučené formy: posilovna – silová, objemová, atletická, úpolová.

- c) **Obratnost a koordinace:** základní, speciální
doporučené formy: gymnastická, atletická, úpolová, míčové hry, překážková dráha.
- d) **Pohyblivost:** základní, speciální
doporučené formy: strečinkové rozcvičení, speciální strečink.
- e) **Vytrvalost:** základní - běh, cyklistika; speciální – plavání.

3.3.5 Cvičební jednotka (Průpravná cvičení v sebeobraně, Praha 2002)

Základní jednotkou služební přípravy pro nácvik a výcvik technik v sebeobraně je cvičební jednotka. Aby plnila své poslání, musí být sestavena jednoduše a srozumitelně a snadno uskutečnitelná v daném čase za daných podmínek. Dále musí být snadno kontrolovatelná. Náročnost úkolů na cvičícího musí mít stoupající tendenci, ale stanovené úkoly musí být dosažitelné. V průběhu výcviku musí být policista upozorňován na skladbu cvičební jednotky, její specifické části a na stěžejní body v jednotlivých technikách, od kterých se odvíjí techniky následující.

- **Úvodní část** – v této fázi se policisté seznamují s náplní celé jednotky. Cvičení v úvodní části jsou jednoduchá, dobře zvládnutelná a nepotřebují větší soustředění. Intenzita se však postupně zvyšuje. Délka této části bývá zpravidla 10 minut.
 - a) Hlavní úkoly – zahřátí a mírné zatížení organismu, zvýšení tepové frekvence, navození dobré nálady.
 - b) Druhy cvičení – úvodní cvičení na místě, s míčem, za pohybu a úpolová cvičení.
- **Průpravná část** – v této části jsou již cviky, které jsou již policisty zvládnuty a budou v hlavní části dále rozvinuty. Tímto způsobem se dá ušetřit čas v hlavní části jednotky. Pro příklad, pokud je hlavní část jednotky zaměřena na obranu proti noži je nůž zařazován do cvičení i v průpravné části. Průpravná část se dělí

na dvě části všeobecně rozvíjející cvičení a speciální cvičení. Délka této části bývá zpravidla 25 minut.

- a) Všeobecná rozvíjející cvičení – tato cvičení zajišťují rozvoj vnitřních orgánů a současně i posílení a zahřátí svalových skupin, které budou zatěžovány v hlavní části cvičební jednotky. Tato cvičení se dělí na cvičení na rozvoj vnitřních orgánů, cvičení posilovací, cvičení uvolňovací a protahovací.
- b) Speciální cvičení - tato cvičení již navozují postupnou koncentraci na cvičení v hlavní části a svým obsahem se blíží vlastním technikám sebeobrany.
- c) Hlavní úkoly – procvičení speciálních pohybových dovedností, dosažení optimální reakční schopnosti, dosažení optimální stavu dráždivosti nervové soustavy a vytvoření optimální tréninkové připravenosti.
- **Hlavní část** – hlavním úkolem této části je převážně výcvik a nácvik technik sebeobrany, donucovacích prostředků a taktiky jejich použití. Vzhledem k tomu, že se v této části vždy plní více úkolů je rozdělená do čtyř částí, které jdou za sebou v přesném pořadí. Doporučená délka bývá 60 minut.
- a) Koordinační cvičení – nácvik nových technik, kombinací, obzvláště těch, které jsou koordinačně náročnější.
- b) Rychlostní cvičení – zahrnuje převážně opakování již zvládnutých technik, kombinace těchto technik a jejich zdokonalování.
- c) Posilovací cvičení – v této části je organizmus zatěžován opakováním technik sebeobrany. Zpravidla posilování pomocí technik úderů a kopů do boxerských pytlů, vedení technik se zátěží apod.
- d) Vytrvalostní cvičení – ukončuje hlavní část jednotky a je zaměřen na rozvoj speciální vytrvalosti, obsahem cvičení jsou speciální posilovací techniky.

- **Závěrečná část** – v této části bývá navozen a uspíšen proces zotavení. Postupně se snižuje intenzita cvičení a zařazuje se cvičení pro aktivní odpočinek. Tato část se také skládá ze čtyř na sebe navazujících částí a celková délka cvičení je zhruba 10 minut.
- a) Protahovací závěrečná cvičení – na závěr cvičení jsou již svaly unavené a dochází ke zvyšování jejich svalového napětí, z tohoto důvodu jsou vhodná protahovací cvičení, tzv. strečink.
 - b) Relaxační cvičení – cílem relaxačního cvičení je dosáhnout co největšího uvolnění svalů, aby došlo k co největšímu snížení svalového napětí.
 - c) Dechová cvičení – dýchání má kromě dodávky kyslíku do tělesných tkání také regulační vliv na nervovou a to zvláště klidné a hluboké dýchání. Tato okolnost je velmi důležitá k regulaci psychického stavu policisty při řešení služebních zákroků proti pachateli, kdy se může jednat o stav blížící se skutečně boji o život.
 - d) Zhodnocení a závěr – zde se vyhodnotí celé cvičení, upozorňuje se na nedostatky, ale i na výborné provedení cviků. Nakonec se nastíní průběh příštího cvičení. Tímto je cvičební jednotka zakončena.

4 Hypotézy

Uvedené hypotézy jsem stanovil v závislosti na výše uvedených cílech práce. Při stanovení cílů jsem vycházel z vlastních zkušeností, pozorování a z poznatků odborné literatury.

Hypotéza č. 1: Sport je součástí životního stylu jak policistů OS, tak i policistů SKPV.

Hypotéza č. 2: U policistů OS je více provozovaných sportů, zatímco u policistů SKPV se jedná o jeden nebo dva sporty provozované nárazově.

Hypotéza č. 3: Více jak 2/3 respondentů jsou spokojeni se svým životním stylem.

Hypotéza č. 4: Policisté nejsou ve více jak 70% spokojeni se služební přípravou.

Hypotéza č. 5: Policisté OS sportují pro udržení dobré fyzické kondice a policisté SKPV pro zdraví.

5 Metody a postupy výzkumu

Vzhledem ke skutečnosti, že tato práce spadá především do oblasti sociologie, za účelem sběru empirického materiálu v rámci kvantifikovaného průzkumu jsem zvolil explorativní metodu typu – dotazník (příloha č. 1).

Tento způsob získávání dat jsem zvolil z důvodu oslovení většího počtu respondentů a získání odpovědí v relativně krátkém časovém období. Tato metoda je jednou ze základních sociologických technik.

Dotazník byl anonymní a celkem obsahoval 17 otázek. Otázky v dotazníku jsou rozděleny do čtyř bloků podle témat. První blok otázek: otázky 1 až 4 byly identifikační otázky, pro zjištění faktografických údajů respondentů (pohlaví, věk, služební zařazení a rodinného stavu). Druhý blok: otázky 5 až 10 byl zaměřené na význam sportu pro respondenty, druh a četnost sportovních aktivit. Třetí blok: otázky 11 až 14 byly věnované dosavadnímu životnímu stylu respondentů. Čtvrtý a poslední blok: otázky 15 až 17 sledovaly význam služební přípravy pro respondenty.

V dotazníky byly použity uzavřené a polouzavřené otázky. Údaje, získané z dotazníku jsem vyhodnocoval na základě četnosti shodných odpovědí. Všechny výsledky jsem zpracoval za pomoci programu MS Word 2007 pro studenty. Výsledky dotazníku jsem přepočítal na procenta se zaokrouhlením na jedno desetinné místo. Pro přehled jsem tyto výsledky vyjádřil v grafech. Takto zpracovaný materiál jsem následně analyzoval a interpretoval.

V březnu 2011 jsem osobně oslovil policisty Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby. Respondentům jsem osobně rozdál celkem 70 dotazníků a vráceno bylo 68, zde byla návratnost 97,1 %. Policisty z Útvaru odhalování korupce a finanční kriminality Služby kriminální policie a vyšetřování jsem také osobně oslovil se žádostí o vyplnění dotazníku. Zde jsem respondentům také osobně rozdál 70 dotazníků a vráceno bylo 56, zde byla návratnost 80%. Celková návratnost dotazníků činila 88,6%. Tato nízká návratnost byla způsobena služebními povinnostmi respondenta z řad policistů SKPV.

6 Výzkumná část

6.1 Charakteristika zkoumaného souboru

Zkoumaný soubor je tvořen příslušníky Policie České republiky. A to policistů Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby a Útvaru odhalování korupce a finanční kriminality Služby kriminální policie a vyšetřování.

Pro účel průzkumu jsem provedl náhodný výběr subjektů. Náhodný výběr je z hlediska teorie pravděpodobnosti nejlepším výběrem. Jeho osoby dobře reprezentují základní soubor.

Do výzkumu bylo zařazeno celkem 124 respondentů. Z celkového počtu respondentů byly vytvořeny a porovnávány dvě hlavní skupiny. První skupina byla z Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby a to 68 respondentů a 56 respondentů ze Služby kriminální policie a vyšetřování.

Důležitým charakterem byl poměr pohlaví respondentů (47 žen a 77 mužů). Takovýto nepoměr mezi pohlavím zastoupeným ve zkoumaném vzorku je zapříčiněn povahou jednotlivých služebních zařazení. U Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby je tento poměr evidentní, jelikož z celkového počtu respondentů 68 je 52 mužů a pouze 16 žen. U Služby kriminální policie a vyšetřování je tato situace opačná a to 25 mužů a 31 žen. Celkově je však u Policie ČR převaha v zastoupení mužů nad ženami. Tato skutečnost také ovlivnila celkové složení skupiny respondentů.

Obě složky patří mezi elitní útvary Policie ČR s celorepublikovou působností. Ochranná služba ve své působnosti zajišťuje osobní a epizodickou ochranu a bezpečnostní dopravu trvale chráněných ústavních činitelů České republiky. Osobní a epizodickou ochranu a bezpečnostní dopravu osob, kterým je po dobu jejich pobytu na území České republiky poskytována ochrana podle mezinárodních dohod, ochranu diplomatických objektů (zastupitelských úřadů a rezidencí velvyslanců). Ochranu chráněných objektů a prostorů zvláštního významu pro vnitřní pořádek a

bezpečnost, které schválila vláda – Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR, Senátu Parlamentu ČR, Ústavního soudu ČR, Úřadu vlády ČR, Ministerstva zahraničních věcí. Ministerstva vnitra a dalších (např. část mezinárodního letiště Praha – Ruzyně). Dále provádí hygienicko-toxikologickou ochranu v souvislosti s ochranou chráněných osob a organizuje opatření k zajištění bezpečnosti osob a objektů. (www.mvcr.cz, www.policie.cz)

Cíle Útvaru odhalování korupce a finanční kriminality Služby kriminální policie a vyšetřování jsou: vytvoření vysoce specializované, odborně zdatné, maximálně flexibilní, mobilní a morálně silně odolné policejní složky zaměřené na boj s nejnebezpečnějšími formami korupce a závažné hospodářské a finanční kriminality, za důsledného využívání kriminálního zpravodajství (zpravodajského procesu) jako základní metody vysoce profesionálního získávání a zpracování operativních informací, jejich analýzy a následného využití pro rozhodovací proces státních orgánů v oblasti předcházení ekonomické kriminalitě, efektivní a kvalitní průběh a výstup v oblasti trestního řízení, zajištění co největšího objemu výnosů ze závažné trestné činnosti a majetku pachatelů pro náhradu škod a případný trest propadnutí majetku nebo věci. (www.mvcr.cz, www.policie.cz)

6.2 Výsledek výzkumu

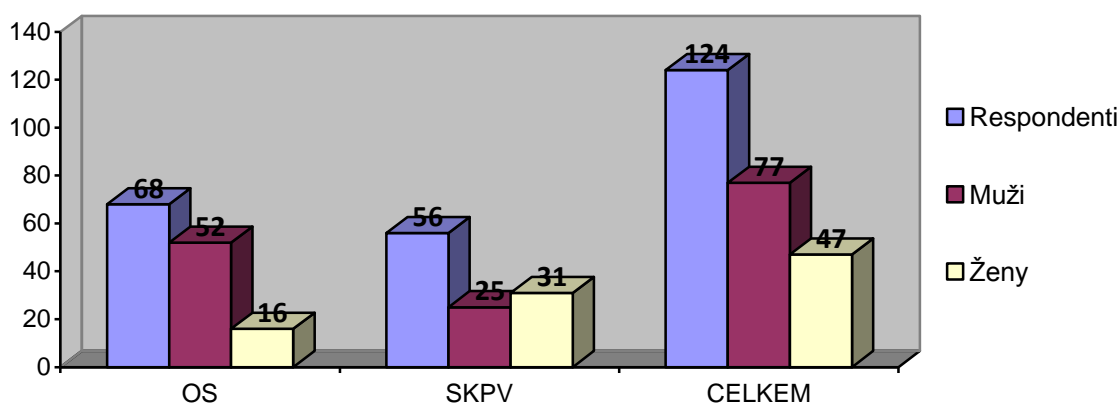
V této části práce uvádím výsledky odpovědí respondentů na dotazník. První blok otázek (otázky 1 – 4) zjišťoval pohlaví, věk, služební zařazení a rodinný stav. Druhý blok (otázky 5 – 10) se zaměřil na problematiku sportu. Třetí blok otázek (otázky 11 – 14) se zabývá životním stylem. Poslední blok otázek (otázky 15 – 17) se soustřeďuje na služební přípravu policistů.

Otázka č. 1

První z otázek byla zaměřena na pohlaví respondentů. Z celkového počtu 124 respondentů bylo 77 mužů (62,1%) a 47 žen (37,9%). Z tohoto vyplývá, že je mezi respondenty hrubý nepoměr. Tato skutečnost je dána

výkonem služby. U Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby (OS) je tento nepoměr znatelnější a tak, že zastoupení mužů je 52 (76,5%) a žen pouze 16 (23,5%). U Útvaru odhalování korupce a finanční kriminality Služby kriminální policie a vyšetřování je situace opačná. Počet mužů je 25 (44,6%) a počet žen je 31 (55,4%).

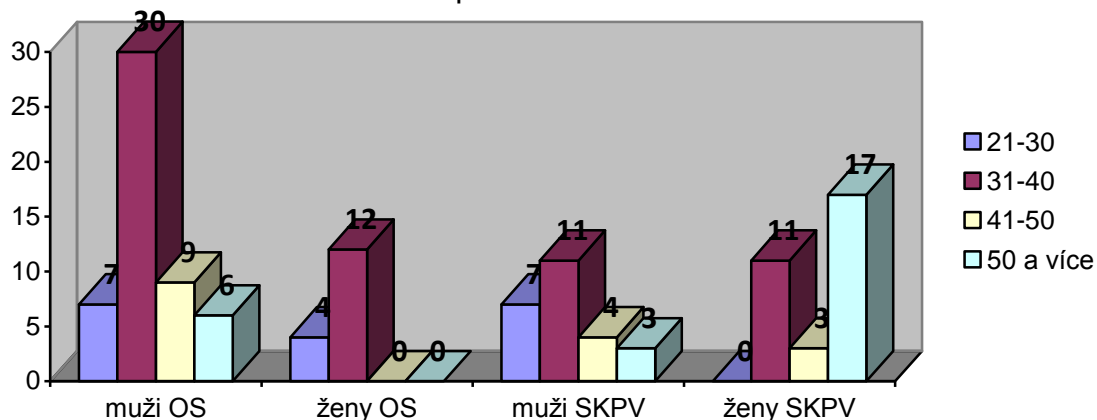
Obr. č.1 Zastoupení respondentů dle pohlaví



Otázka č. 2

Touto otázkou jsem zjišťoval věk respondentů. Důvodem bylo zjistit, jaké rozdíly jsou v přístupu ke zkoumaným tématům v závislosti na věku. Zde jsem při vyhodnocování rozdělil věk do čtyř kategorií. Tak, že první kategorie je věk 21 – 30 let, druhá 31 – 40let, třetí 41 – 50let a čtvrtá 50let a více. Z dotazníku vyplynulo, že v první věkové kategorii se nacházelo 18 respondentů (14,5%), v druhé věkové katedry bylo respondentů 64 (51,6%), do třetí kategorie spadalo 16 respondentů (12,9%) a do poslední kategorie připadlo respondentů 26 (21%). Do grafu jsem pro upřesnění rozdělil respondenty i podle služebního zařazení a pohlaví. Z grafu je zřejmé, že převládá věk respondentů mezi 31 – 40 lety.

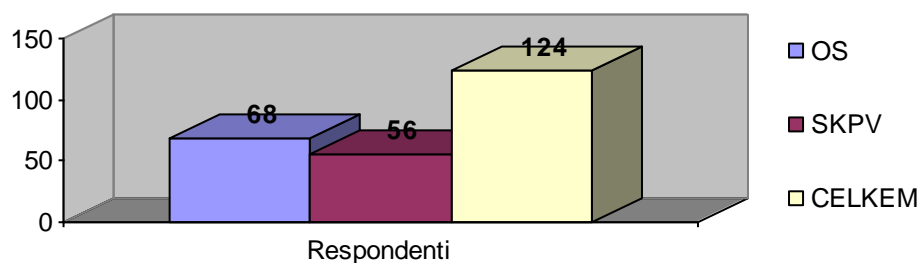
Obr. č. 2 Rozdělení respondentů dle věku



Otázka č. 3

Tuto otázku jsem uvedl v dotazníku, protože byla zásadní pro porovnání zkoumaných podskupin. Z celkového počtu respondentů 124 se zúčastnilo průzkumu 68 (55%) policistů Odboru ochrany zastupitelských úřadů a určených objektů Ochranné služby (OS) a 56 (45%) policistů Útvaru odhalování korupce a finanční kriminality Služby kriminální policie a vyšetřování (SKPV).

Obr. 3 Rozdělení respondentů dle služebního zařazení

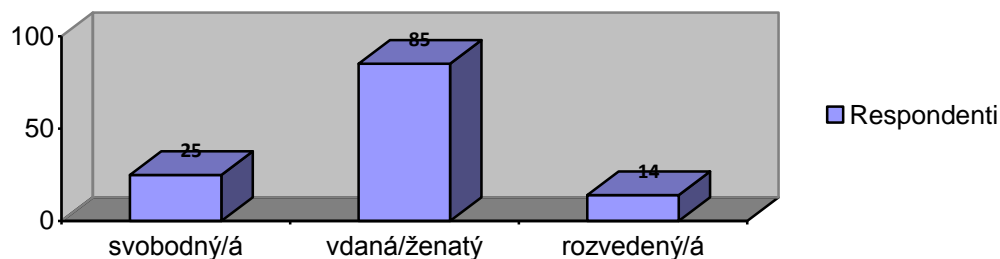


Otázka č. 4

Tato otázka byla respondentům položena z důvodu zjištění jejich rodinného stavu. Tento jako jeden z faktorů ovlivňující životní styl, je důležitý pro tento výzkum. 25 (20,2%) respondentů uvedlo, že jsou svobodní, 85 (68,5%) uvedlo jako svůj rodinný stav vdaná/ženatý a 14

(11,3%) respondentů uvádí, že jsou rozvedeni.

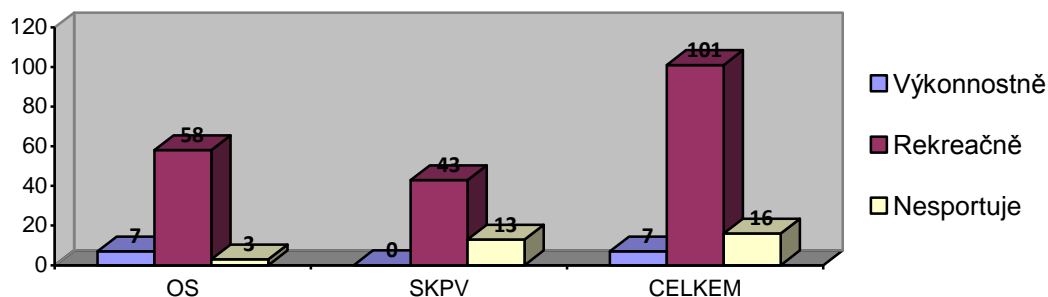
Obr. č. 4 Rodinný stav respondentů



Otázka č. 5

Základní otázka v bloku zaměřující se na sport. Respondentům byly dány možnosti, v jakém rozsahu sportují. Nejvíce respondentů 101 (81,5%) uvedlo, že sport provozuje rekreačně. Nejméně respondentů a to 7 (5,6%) uvádí, že sport provozuje na výkonnostní úrovni a 16 (12,9%) respondentů uvádí, že nesportuje. Celkem tak sportuje 108 (87,1%) respondentů. Tento výsledek naznačuje, že sportovní aktivity mají v životě policistů velký význam. V grafu jsou respondenti rozděleni dle služebního zařazení

Obr. č. 5 Provozování sportu dle úrovně výkonnosti

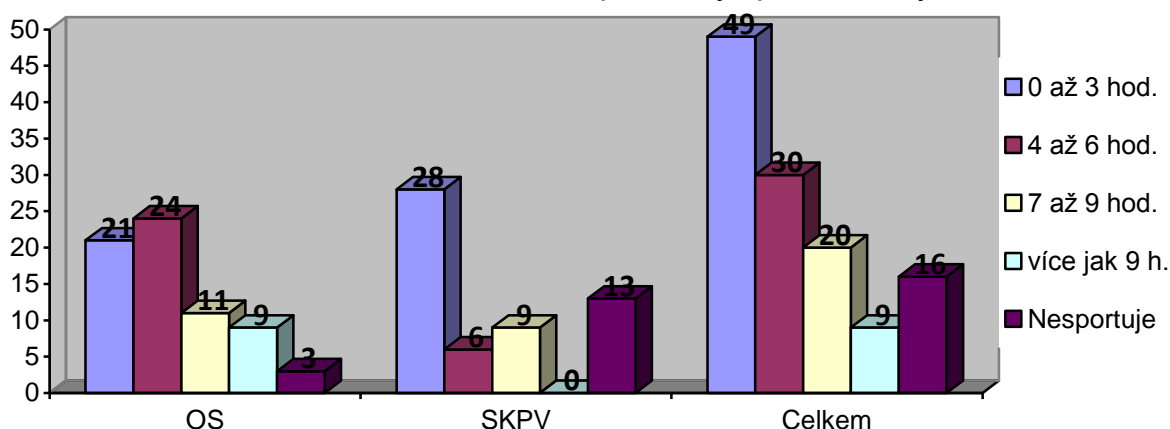


Otázka č. 6

Tato otázka je zaměřena na skutečnou dobu, kterou respondenti věnují sportu za jeden týden. Respondenti měli na výběr z pěti možností 1. 0 až 3 hodiny za týden, 4 až 6 hodin, 7 až 9 hodin, více jak 9 hodin a

poslední možnost, že nesportují. Z výzkumu vyplynulo, že 21 (16,9%) policistů OS odpovědělo, že se věnuje sportu 0 – 3 hodiny týdně, 24 (19,4%) 4 – 6 hodin týdně, 11 (8,9%) 7- 9 hodin týdně, 9 (7,3%) více jak 9 hodin týdně a 3 (2,4%) uvedlo, že nesportuje. Policisté SKPV odpověděli, že 0 – 3 hodiny týdně se sportu věnuje 28 (22,6%) policistů, 6 (4,8%) 4 – 6 hodin týdně, 9 (7,3%) 7 – 9 hodin týdně, žádný z respondentů neoznačil možnost více jak 9 hodin, 13 (10,5%) uvedlo, že nesportuje. Z výsledků vyplývá, že doba 0 - 3 hodiny týdně je nejčastěji udávaná respondenty a to v 49 (39,5%) případech. V grafu je pro úplnost uvedeno rozdělení dle pohlaví a služebního zařazení.

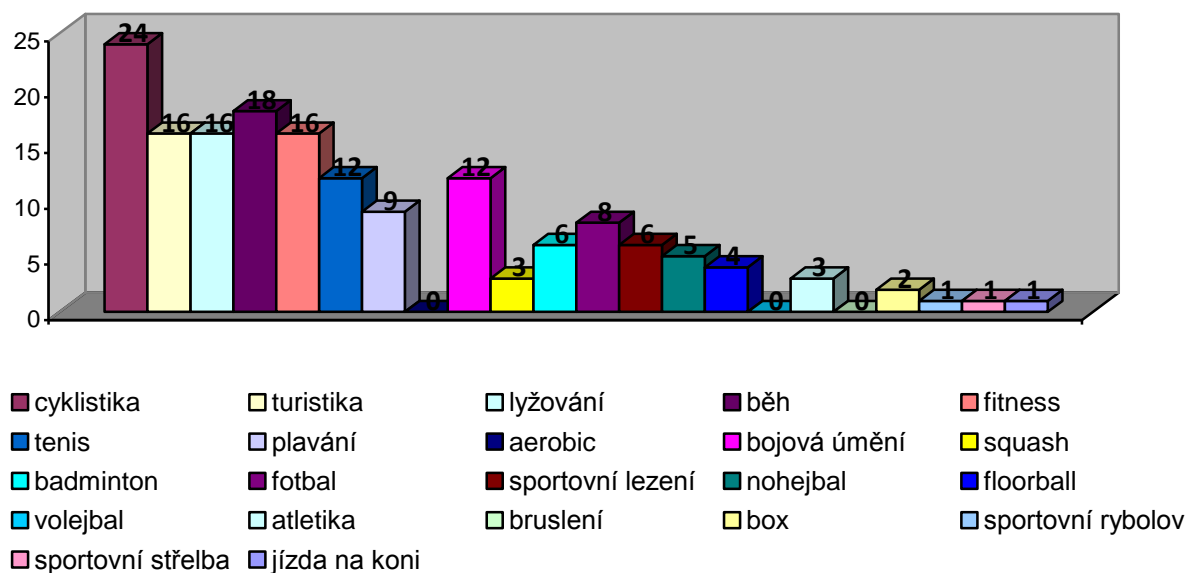
Obr. č. 6 Přehled času stráveného respondenty sportem za týden



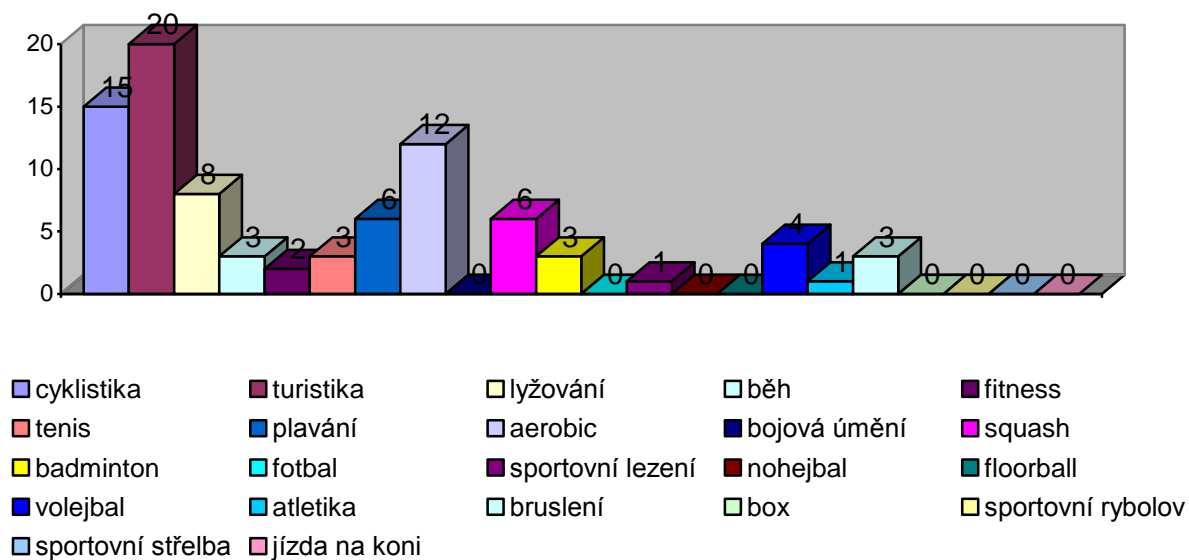
Otázka č. 7

Tato otázka je zaměřena na druhy sportu, kterým se respondenti aktivně věnují. Grafy jsou rozdělené dle služebního zařazení respondentů. Celkem bylo uvedeno respondenty 22 sportů. Sporty jsem rozdělil od nejvíce uváděného sportu sestupně: cyklistika 39, turistika 36, lyžování 24, běh 21, fitness 18, tenis 15, plavání 15, aerobic 12, bojová umění 12, squash 9, badminton 9, fotbal 8, sportovní lezení 7, nohejbal 5, floorball 4, volejbal 4, atletika 4, bruslení 3, box 2, sportovní rybolov 1, sportovní střelba 1, a jízda na koni 1.

Obr. č. 7 Sporty provozované příslušníky OS



Obr. č.8 Sporty provozované příslušníky SKPV



Otázka č. 8 a 9

Tyto otázky byly zaměřeny na faktory, které vedou k tomu, že sportují a naopak proč nesportují. Příslušníci OS uvedli pět důvodů, proč sportují a dva důvody proč nesportují. Příslušníci SKPV uvedli také pět důvodů proč sportují a čtyři důvody proč nesportují.

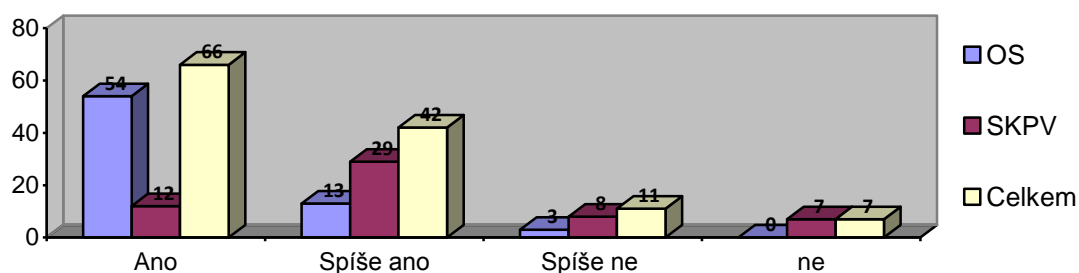
Na prvním místě uváděli důvod sportování svoji osobu (30x), dále pak rodina (18x), na třetím místě bylo jako důvod nejčastěji uváděno zdraví (12x) a kamarádi (12x), dále pak kondice (9x) a studium VŠ (2x). U příslušníků SKPV bývaly odpovědi obdobné. Nejvíce krát uváděný důvod byla rodina (16x) a jejich osoba (16x), druhý nejčastější důvod byli kamarádi (15x), třetím nejčastěji uváděným důvodem je zdraví (13x), čtvrtým důvodem je zábava (7x) a posledním je kondice (2x).

Důvodů proč nesportují, uváděli respondenti podstatně méně. Toto je ovlivněno skutečností, že z celkového počtu 124 respondentů pouze 16 (12,9%) nesportuje. Příslušníci OS uvedli dva důvody a to čas (3x) a věk (1x). U příslušníků SKPV byl nejčastěji uváděn jako důvod čas (12x), dále zdravotní stav (8x), jiné zájmy (7x) a poslední udávaným důvodem byla neochota sportovat (2x).

Otázka č. 10

Otázka: Patří sport do vašeho životního stylu? Byla zaměřena jak na sport, tak i na životní styl. Tato otázka je klíčovou a respondenti na ní odpovídali dle svého subjektivního pocitu. Z celkového počtu 124 respondentů uvedlo 66 (53,2%) z nich, že sport patří do jejich životního stylu. Celkem 42 (33,9%) respondentů uvedlo spíše ano, 11 (8,9%) respondentů uvedlo spíše ne a 7 (5,6%) respondentů uvedlo, že sport nepatří do jejich životního stylu.

Obr. č. 9 Sport v životním stylu respondentů



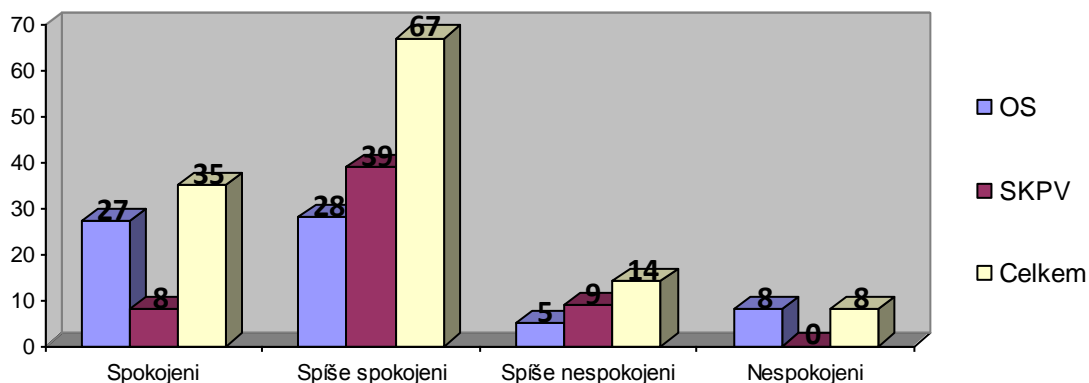
Otázka č. 11

Zde měli respondenti seřadit faktory, které ovlivňují jejich životní styl a to od nejdůležitějšího. Při vyplnění měli respondenti sami uvážit, které faktory je nejvíce ovlivňují a popřípadě doplnit jiné neméně důležité. Na tuto otázku se odpovědi v podstatě shodovali i rozdíl mezi oběma složkami byl minimální. Příslušníci OS seřadili faktory ovlivňující jejich životní styl takto: 1. Rodina, 2. Zaměstnání, 3. Lokalita, 4. Móda. Příslušníci SKPV seřadily faktory následně: 1. Rodina, 2. Lokalita kde žiji, 3. Zaměstnání, 4. Móda. Jiné faktory, než ty co byly, uvedeny v otázce respondenti neuvedli. Na základě těchto výsledků lze vyvodit, že nejdůležitějším faktorem který ovlivňuje respondenty je rodina.

Otázka č. 12

Tato otázka měla za úkol zmapovat spokojenost respondentů s jejich dosavadním životním stylem. Z výsledků vyšlo, že respondenti jsou se svým životním stylem spíše spokojeni. Z celkového počtu 124 respondentů je jich zcela spokojeno 35 (28,2%), spíše spokojeno 67 (54%), spíše nespokojeno 14 (11,3%) a zcela nespokojeno 8 (6,5%). Se svým dosavadním životním stylem je tedy spojeno 82,2% všech respondentů. V grafu jsou respondenti rozdělení dle služebního zařazení.

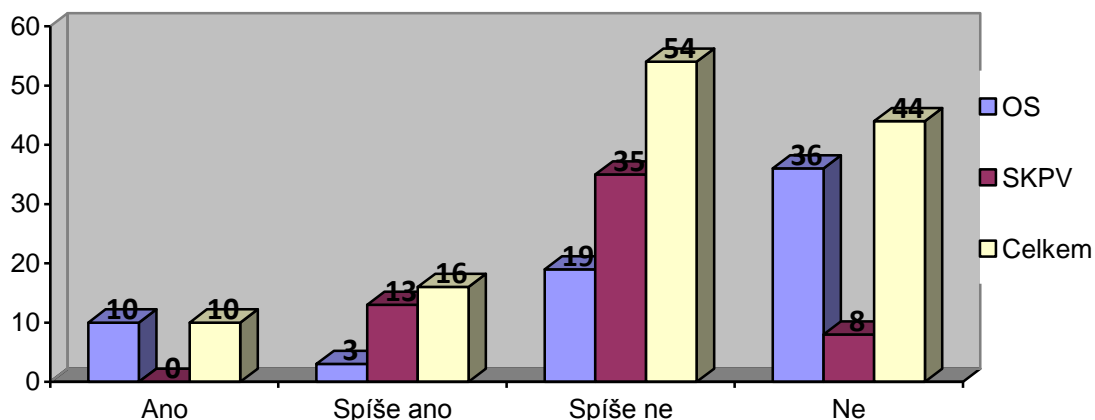
Obr. č. 10 Spokojenost respondentů s jejich dosavadním životním stylem



Otázka č. 13

Tato otázka plynule navazuje na otázku předchozí. Úkol této otázky byl ukázat, zda respondenti mají snahu o změnu svého dosavadního životního stylu v případě, zda s tímto životním stylem nejsou spokojeni. Celkem 10 (8,1%) respondentů uvedlo, že chce změnit svůj dosavadní životní styl, 16 (12,9%) by spíše změnilo svůj životní styl, 54 (43,5%) respondentů by spíše neměnilo svůj životní styl a 44 (35,5%) nechce měnit svůj životní styl.

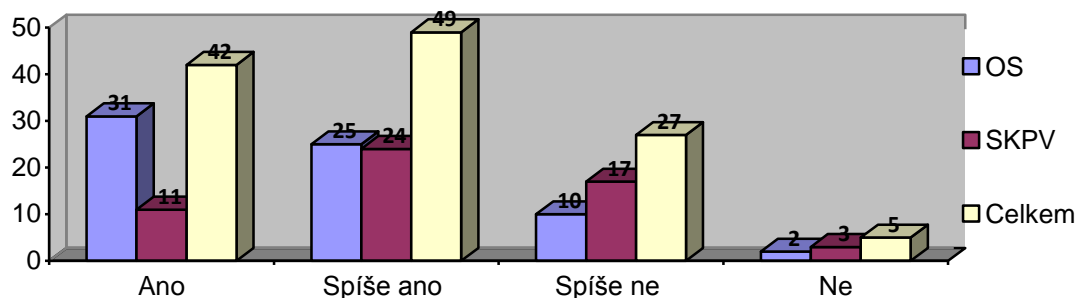
Obr. č. 11 Snaha respondentů o změnu jejich životního stylu



Otázka č. 14

Důvodem vložení této otázky bylo, zjistit, jak ovlivňuje povolání respondentů jejich životní styl. Z výsledků vyplynulo, že 42 (33,9%) respondentů ovlivňuje povolání jejich životní styl, 49 (39,5%) uvedlo spíše ano, 27 (21,7%) uvedlo spíše ne a 5 (4%) uvedlo, že jejich povolání neovlivňuje jejich životní styl. Z výsledků vyplynulo, že povolání respondentů je důležitý faktor, který ovlivňuje jejich životní styl.

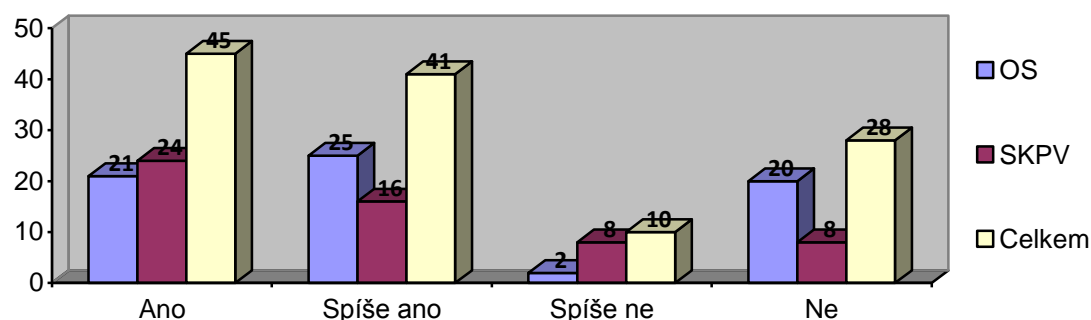
Obr. č. 12 Vliv povolání respondentů na jejich životní styl



Otázka č. 15

Tato otázka je první z bloku zaměřených na služební přípravu policistů. Má za úkol zjistit spokojenost respondentů se služební přípravou. Se služební přípravou bylo spokojeno 45 (36,3%) respondentů, spíše spokojeno bylo 41 (33,1%), spíše nespokojeno 10 (8,1%) a zcela nespokojeno bylo 28 (22,6%) respondentů. Jak je zřejmé z grafu většina respondentů je spokojena, nebo spíše spokojena se služební přípravou. Nelze však opomenout fakt, že 28 respondentů je zcela nespokojeno, toto množství odpovídá necelé čtvrtině všech respondentů.

Obr. č. 13 Spokojenost respondentů se služební přípravou

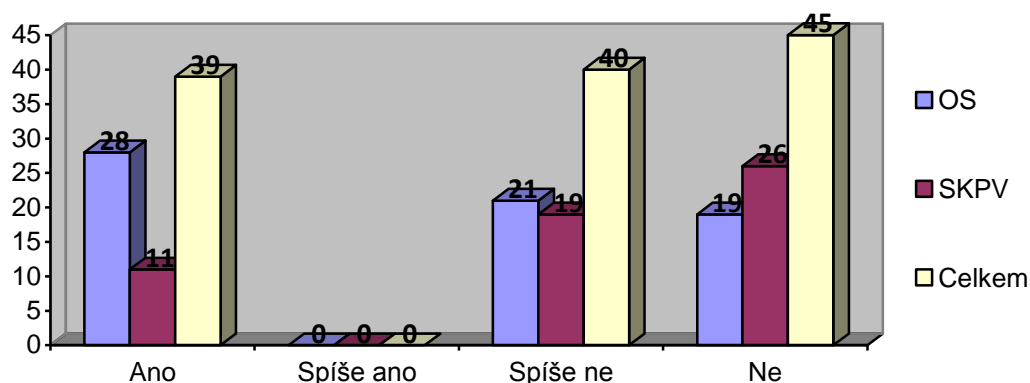


Otázka č. 16

Touto otázkou jsem chtěl zjistit, zda služební příprava ovlivňuje respondenty v přístupu ke sportu. 39 (31,5%) respondentů uvedlo, že je služební příprava ovlivňuje ve vztahu ke sportu, 40 (32,3%) uvedlo, že spíše ne a 45 (26,3%) respondentů uvedlo, že je služební příprava nijak

neovlivňuje ve vztahu ke sportu. Z výsledků vyplývá, že služební příprava respondenty spíše neovlivňuje ve vztahu ke sportu.

Obr. č. 14 Vliv služební přípravy na sportovní aktivity respondentů



Otázka č. 17

V této otázce jsem dal možnost respondentům, navrhnout změny, které by mohly přispět ke zlepšení služební přípravy. Návrhy na změnu popřípadě doplnění služební přípravy měli i respondenti, kteří jsou se služební přípravou spokojeni. Nejvíce návrhů na změnu ve služební přípravě se týkalo začlenění více modelových situací, které by měli základ ve skutečném případě. Tyto modelové situace by měli mít propracovanou metodiku a přesný řád, který by určoval postup policisty při zákroku „krok za krokem“. Druhou nejčastěji navrhovanou změnou je zavedení do služební přípravy více volného (samostatného) cvičení jako je posilování, atletika apod. Třetí a poslední návrh na změnu se netýkal obsahu služební přípravy, ale spíše způsobu začleňování služební přípravy do plánu služeb policistů a to tak, že do prvních dvou hodin služby by byla zařazena jedna cvičební jednotka a tím by odpadl celodenní výcvik. Jednou ročně by pak následovalo týdenní soustředění, na kterém by proběhly logisticky složitější prvky služební přípravy a přezkoušení policistů. Dále pak plánování služební přípravy a to, že v létě kdy je teplo, většinou sedíme na učebnách a v zimě vychází více výcviků na venkovní střelnici. Osobně v podstatě souhlasím s připomínkami, které byly uvedeny v dotaznících.

7 Diskuse

Jestliže se zamyslím nad touto prací a tím jakým způsobem bych postupoval dnes, napadá mě několik věcí, které bych i mohl změnit nebo udělat lépe. Například v případě dotazníku bych dnes předložil upravený dotazník několika policistům, kteří by nebyli zapojeni do samotného výzkumu, ale pouze by posoudili srozumitelnost dotazníku a popřípadě doplnili své poznámky. Problém, který mě zprvu provázel, byl ten, že jsem nemohl sehnat potřebnou literaturu a to ani v knihovnách, kde byla tato literatura již vypůjčena, tak ani v knihkupectvích, kde nebyla momentálně na skladě. Uznávám, že si za tento problém mohu částečně i sám.

U teoretické části jsem především vycházel z toho, že má obsahovat teoretická východiska a definice k danému tématu. Podle tohoto jsem se snažil řídit, jak strukturu této části práce, tak i obsah.

Ve výzkumné části pro mě bylo docela složité sestavení vhodného dotazníku tak, aby co nejvíce reflektoval zadané cíle práce a potvrdil nebo vyvrátil vznesené hypotézy. S dotazníkem jako takovým jsem v celku spokojený, ale při předkládání dotazníku policistům OS jsem byl docela zklamán jejich přístupem. Ačkoliv se mi zde vrátilo více jak 97% dotazníků, byla zjevná neochota nebo spíše nechuť cokoliv vyplňovat. Doufal jsem, že dotazník vezmou jako důvod k zamyšlení nad sportem a svým životním stylem. U policistů SKPV byla situace zcela opačná a policisté měli velice pozitivní přístup. Tuto skutečnost příkládám tomu, že tito policisté jsou vysokoškolsky vzděláni a každý má zkušenosti buď s bakalářskou, nebo diplomovou prací a jsou si tak vědomi celkové náročnosti při zpracování takovéto práce.

U věrohodnosti odpovědí na otázky uvedené v dotazníku jsem přesvědčen, že respondenti uváděli vše podle skutečnosti a data nijak nezkreslovali. Jsem si však vědom toho, že pro přesnější výsledky této práce by bylo zapotřebí většího počtu respondentů a více rozpracované otázky v dotazníku.

8 Závěry

Z výsledků, které vzešly z dotazníkového šetření, jsem vyvodil následující závěry:

Hypotéza č. 1: Sport je součástí životního stylu jak policistů OS, tak i policistů SKPV.

Tato hypotéza se potvrdila. Z celkového počtu 124 respondentů uvedlo 66 (53,2%) z nich, že sport patří do jejich životního stylu. Celkem 42 (33,9%) respondentů uvedlo spíše ano, 11 (8,9%) respondentů uvedlo spíše ne a 7 (5,6%) respondentů uvedlo, že sport nepatří do jejich životního stylu. Toto dokládá, že sport je v 108 (87,1%) případech součástí životního stylu respondentů. Tuto skutečnost potvrzuje i fakt, že 101 (81,5%) respondentů sportuje rekreačně, 7 (5,6%) respondentů na výkonnostní úrovni a pouze 16 (12,9%) respondentů nesportuje. Celkem tak sportuje 108 (87,1%) respondentů.

Hypotéza č. 2: U policistů OS je více provozovaných sportů, zatímco u policistů SKPV se jedná jeden sport provozovaný nárazově.

Tato hypotéza se také potvrdila. Z výzkumu vyplynulo, že 21 (16,9%) policistů OS se věnuje sportu 0 – 3 hodiny týdně, 24 (19,4%) 4 – 6 hodin týdně, 11 (8,9%) 7- 9 hodin týdně, 9 (7,3%) více jak 9 hodin týdně a pouze 3 (2,4%) policisté OS nesportují. Zatímco 28 (22,6%) policistů SKPV se sportu věnuje 0 – 3 hodiny týdně, 6 (4,8%) 4 – 6 hodin týdně, 9 (7,3%) 7 – 9 hodin týdně, více jak 9 hodin týdně necvičí žádný z policistů SKPV a 13 (10,5%) jich vůbec nesportuje. Policisté OS tak věnují sportu týdně více času než policisté SKPV. Dále z průzkumu vyplývá, že policisté OS udávaly v průměru tři sporty, kterým se aktivně věnují a policisté SKPV pouze jeden.

Hypotéza č. 3: Více jak 2/3 respondentů jsou spokojeni se svým životním stylem.

Hypotéza byla potvrzena. Z celkového počtu 124 respondentů je jich zcela spokojeno 35 (28,2%), spíše spokojeno 67 (54%), spíše nespokojeno 14 (11,3%) a zcela nespokojeno 8 (6,5%). Se svým dosavadním životním stylem je tedy spojeno 82,2% všech respondentů. Celkem 10 (8,1%) respondentů chce změnit svůj dosavadní životní styl, 16 (12,9%) by spíše změnilo svůj životní styl, 54 (43,5%) respondentů by spíše neměnilo svůj životní styl a 44 (35,5%) nechce měnit svůj životní styl. Více jak dvě třetiny respondentů jsou spokojeni se svým životním stylem a nechtějí tento životní styl měnit.

Hypotéza č. 4: Policisté nejsou ve více jak 70% spokojeni se služební přípravou.

Hypotéza nebyla potvrzena. Se služební přípravou je spokojeno 45 (36,3%) respondentů, spíše spokojeno je 41 (33,1%), spíše nespokojeno 10 (8,1%) a zcela nespokojeno je 28 (22,6%) respondentů. Jak je zřejmé, většina respondentů je spokojena, nebo spíše spokojena se služební přípravou. Nelze však opomenout skutečnost, že 28 (22,6%) respondentů je zcela nespokojeno, toto množství odpovídá necelé čtvrtině všech respondentů.

Hypotéza č. 5: Policisté OS sportují pro udržení dobré fyzické kondice a policisté SKPV pro zdraví.

Tato hypotéza se nepotvrdila. Z výzkumu je zřejmé, že na prvním místě policisté OS uváděli důvod sportování svoji osobu (30x), dále pak rodina (18x), na třetím místě bylo jako důvod nejčastěji uváděno zdraví (12x) a kamarádi (12x), dále pak kondice (9x) a studium VŠ (2x). Policisté SKPV uvedli na prvním místě rodinu (16x) a jejich osobu (16x), druhý nejčastější důvod byli kamarádi (15x), třetím nejčastěji uváděným důvodem je zdraví (13x), čtvrtým důvodem je zábava (7x) a posledním je kondice

(2x). Důvodem proč policisté OS sportují, jsou oni sami a nikoliv kondice. Policisté SKPV sportují pro rodinu a s rodinou a zdraví je u této skupiny až na třetím místě pomyslného žebříčku důležitosti.

Výsledky této práce mohou pomoci instruktorům služební přípravy ve zlepšení připravovaných cvičebních jednotek i celé služební přípravy. Zaměřit se na připomínky policistů a přispět tak ke snížení počtu nespokojených policistů a zlepšit tak celou služební přípravu.

9 Seznam literatury

1. DUFFKOVÁ, J., URBAN, L., DUBSKÝ, J., *Sociologie životního stylu*. Praha: Aleš Čeněk 2008, 237 s. ISBN 978-80-7380-123-6
2. FIRST, R., KRÁL, P., KRÁL, P., *Průpravná cvičení v sebeobraně*. Praha: PA ČR, 2002, 97 s. ISBN 80-7251-105-X
3. GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 1. vyd. Brno: Paido, 2000, 207 s. ISBN 80-85931-79-6.
4. *Malá československá encyklopedie, VI. svazek, Š – Ž*. 1. vyd. Praha: Academia, 1987, 928 s.
5. NÁHODSKÝ, Z. *Taktika policejní akce*. Praha: Armex, 1993, 233 s.
6. SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003, 191 s. ISBN 80-7315-047-6.
7. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas: vybrané kapitoly*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2005, 116 s. ISBN 80-246-1039-6.

Dokumenty

8. *Evropská charta sportu*, Praha, MŠMT, 1994.
9. *Závazný pokyn policejního prezidenta č. 4/2009 (ZPPP č. 4/2009)*

Internetové zdroje

10. www.policie-sport.cz
11. www.cs.wikipedia.org/wiki/Punk
12. www.mvcr.cz
13. www.policie.cz

10 Přílohy

Příloha č. 1

DOTAZNÍK

Dobrý den,

Rád bych Vás požádal o vyplnění tohoto dotazníku, který je součástí mé bakalářské práce na téma SPORT V ŽIVOTNÍM STYLU ZAMĚSTNANCŮ PČR.

Prosím, vyplňujte dotazník tak, aby co nejvíce odpovídal skutečnosti. Dotazník je naprosto anonymní! Odpovědi budou vyhodnoceny hromadně.

Instrukce pro vyplnění:

Dotazník se skládá z uzavřených a polo uzavřených otázek. Není-li uvedeno jinak, zvolte, prosím, vždy pouze jednu odpověď. Zvolenou odpověď zakroužkujte, popř. dopište.

1. Pohlaví.

- a) muž
- b) žena

2. Věk. (uved'te číslo)

3. Útvar.

.....

4. Rodinný stav.

- a) svobodný/(á)
- b) vdaná / ženatý
- c) rozvedený/(á)

5. Sportujete?

- a) výkonnostně
- b) rekreačně
- c) nesportuji

6. Kolik hodin týdně trávíte aktivním sportem?

- a) 0 až 3
- b) 3 až 6
- c) 6 až 9
- d) více jak 9 hod.
- e) nesportuji

7. Uved'te jakým sportům se aktivně věnujete.

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....
- 5).....
- Více sportů
- 6) nesportuji

8. Uved'te důvody, proč sportujete od nedůležitějších sestupně.
(s rodinou, pro sebe, s kamarády, kondice apod.) **Vyplní jen sportující!**

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

9. Uved'te důvody, proč nesportujete od nedůležitějších sestupně.
(mám dostatek pohybu, nedostatek času, neochota cvičit, jiné koníčky, zdravotní stav apod.) **Vyplní jen nesportující!**

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

10. Patří sport do vašeho životního stylu?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

11. Který z uvedených faktorů nejvíce ovlivňuje Váš životní styl.

- a) lokalita kde žijí
- b) rodina
- c) zaměstnání
- d) móda
- e) Jiný:
.....
.....

12. Jste spokojený s dosavadním životním stylem?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

13. Snažíte se změnit Váš dosavadní životní styl?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

14. Ovlivňuje Vaše povolání Váš životní styl?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

15. Jste spokojeni se služební přípravou?

- a) Ano jsem, protože

.....

- b) Spíše ano

- c) Spíše ne

- d) Ne nejsem, protože

.....

16. Ovlivňuje Vás služební příprava ve vztahu ke sportu?

- a) Ano. Jakým způsobem?

.....

- b) Spíše ano

- c) Spíše ne

- b) Ne

17. Uveďte změny, které byste uvítal/a ve služební přípravě.

.....

.....

.....

.....

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

Radek IVAN